Nach 24 Stunden deutscher Vize-Meister

Arnsberg – Mit dem Vize-Meister-Titel in der Tasche kehrte Jan-Philipp Struck von den Deutschen Meisterschaften im Traillauf zurück. In Arnsberg fand ein 24-Stunden-Trail statt, bei dem es auf die bewältigte Distanz ankommt. Der Lauffreund aus Bönen schaffte 36 Runden beziehungsweise 147,96 Kilometer sowie insgesamt 4680 Höhenmeter. „Ich bin eigentlich ohne Ambitionen dahingefahren. Ich hatte einfach nur Bock, da zu laufen“, sagte der 27-Jährige, der 2018 schon Zweiter seiner Altersklasse geworden war.

Diesmal ging er mit 330 Kilometern, die er im Vorfeld gelaufen war, in den Beinen in diese Veranstaltung. Der Startschuss der DM fiel um 12 Uhr. Gelaufen wurde eine 4,1 km lange Runde, die mit 130 Höhenmetern gespickt war und über Stock und Stein führte. Das Rennen im Arnsberger Wald bezeichnete Struck als krass: „Die Strecke geht zwei Kilometer fast nur hoch und dann zwei Kilometer fast nur runter.“ Vorher machten die etwa 200 Teilnehmer noch ein bisschen Party. „Bevor nicht alle zu ‘I like to move it’ abgehen, geht es nicht los“, erzählte Struck von den Eigenheiten der großen Ultrafamilie.



Jan-Philipp Struck
deutscher Vize-Trailmeister

Zum Laufen kommt der Kampf mit dem inneren Schweinehund. „Ich wollte diesmal nicht schlafen“, erzählte der Bönener, der sich lediglich nach 72 und 102 Kilometern in seinen mitgebrachten Pavillon auf einen Stuhl setzte und seine Beine und Füße massierte. Dabei kam ihm seine Erfahrung aus vielen 24-Stunden-Rennen zu Gute. Acht Liter Flüssigkeit, Wechselkleidung sowie Salziges und Süßes zum Essen hatte Struck mitgebracht. Die Vorbereitung hat sich gelohnt: Struck lief über 20 Kilometer mehr als vor einem Jahr.

Struck hielt von Anfang an den Kontakt zur Spitze. Nach viereinhalb Stunden lag er auf Rang acht. Anschließend arbeitete er sich weiter nach vorne. Die Läufer außerhalb der Top Fünf hätten allerdings keinen Überblick über ihre aktuelle Platzierung, weil diese nicht gezeigt werde, erklärte er. Nach rund neun Stunden hätte der Moderator dann gesagt, der Bönener sei an dritter Stelle. „Da bin ich hellhörig geworden und habe die Platzierung verteidigt“, so Struck. Nach 18 Stunden, also am frühen Morgen, stieg der Zweitplatzierte aus. „Das habe ich erst gar nicht gemerkt, aber dann kamen bei ihm keine Runden mehr dazu“, so Struck, der irgendwann vorbeizog.

Für einen Sieg kam der Lauffreund allerdings nicht in Frage. Der Erste schaffte stolze sechs Runden mehr als den Bönener. Die Strapazen hat er nach eigener Aussage ganz gut überstanden. Nur am Abend wartete eine besondere Herausforderung. Strucks Mutter feierte ihren 60. Geburtstag. „Da hat der Körper gestreikt. Ich hing mehr am Essentisch“, so der Sohn. WA